

## Er vi trygge i trafikken? For oss selv og andre?



Foto: fra pixabay og fri for gjenbruk

Nå er endelig sommermånedene her, og vi ser fram til glade dager med sol, ferie og opplevelser! Endelig skal vi fylle opp lagrene og nyte livet litt ekstra. Mange reiser på ferie, og flere kjører mer bil i ferietiden. For noen blir det lange avstander, og kanskje kjøring på sene og lyse sommerkvelder og netter. For noen endres livet drastisk i løpet av denne tiden...

I motsetning til hva mange tror, skjer det langt flere ulykker i trafikken i sommermånedene enn på vinteren. Jeg ville selv gjettest på at det er flere ulykker når det er mørk og glatt ute. Vi kjører muligens mer forsiktig når det er mørkt og glatt, og overvurderer kanskje egne evner når veiene er tørre og dagene er lange og lyse.

Statistikk fra de siste fem årene i Norge, viser til langt flere drepte i trafikken i månedene mai til september. Med en topp i juli. Det er riktig så trist, og antakelig ulykker det er en god sjans for å kunne forebygge. Vi arbeider for nullvisjonen, som ble vedtatt av Stortinget i 2002. Nullvisjonen betyr at vi sikter mot at ingen skal bli drept eller hardt skadet i trafikken. Det utrettelige trafikksikkerhetsarbeidet gir resultater. Det har pågått et langsiktig og målrettet trafikksikkerhetsarbeid i Norge siden 1970-tallet. I 1970 døde 560 mennesker i trafikken og antallet drepte barn i trafikken lå på rundt 100 barn årlig. Sakte men sikkert har færre og færre blitt drept i trafikken i Norge. De siste årene har det vært om lag 100 dødsfall. Heldigvis er nesten ingen av dem barn. Men det er fortsatt for mange, vi har ingen å miste.

**Så hva kan vi alle bidra med for å gjøre det tryggere for både oss selv og andre i trafikken i sommer, og resten av året?**



Mye av forklaringen til at nesten ingen barn dør i trafikken lenger, er i følge Trygg Trafikk at barna sitter i riktige bilstoler, er godt festet og at stadig flere sitter bakovervendt til de er fire år. Husk på dette for alle turer, korte så vel som lengere turer.

Ikke overvurder egne evner. Ta pauser på lange bilturer, og ikke kjør i time etter time for å komme forrest mulig fram. Det er fort gjort å tenke at man selv jo er meget dyktig til å kjøre, og at det er andre som er uvøren og utsatt for risiko. Hold fartsgrensene, uansett, og tilpass farten etter forholdene. Husk at du aldri vet hvem som kjører bilene du møter. Daglig kjøres det 140 000 turer i ruspåvirket tilstand i Norge. Hundreogførtitusen! 14 000 av disse er i alkoholrus. Møter du en av disse vil det hjelpe på oddsen å ha lav fart og være oppmerksom. Er du en av disse 140 000 selv? Som kanskje tar medisiner som ikke går så godt sammen med kjøring? Eller som bare skal ta en liten tur i bygda, og tenker at det ikke er så farlig om du kanskje drakk alkohol litt sent i går? Det kan potensielt få enorme konsekvenser for ditt liv, for andres liv og for andre sine familiers liv. Ulykker rammer ikke bare enkeltindivider, men hele samfunnet. Er du usikker på om du bør kjøre på grunn av rusproblemer eller på grunn av medisiner du tar? Våg å ta samtalen med legen din.

Og så, til det ekstra vanskelige tema. Hva med familie, venner eller bekjente du av ulike grunner tenker at ikke lenger er trygge i trafikken? Det kan være sykdom, rus, kognitiv svikt, eller annet. Ville du latt dine barn sitte på med personen, og hadde du turt å sitte på selv? Hvis ikke, hvem sitt ansvar er det å gjøre noe med det? Det vil være en vond følelse dersom det skjer en ulykke, og man har gått rundt og hatt en dårlig følelse lenge. Noen svarer kanskje at politiet eller fastlegen må gjøre noe. Men fastlegen ser ikke de alle som ferdes rundt omkring, og møter kun mennesker i kortere perioder. Og politiet fanger kanskje ikke opp dette før det har skjedd en ulykke. Så har man kanskje medfølelse med den det gjelder, og synes det er leit om man må gripe inn og kanskje tipse politi eller lege. Det er da man må ta et overblikk over situasjonen, og vurdere hva som må veie tyngst. Risikoen for at uskyldige kan bli rammet av en ulykke, eller retten til å kjøre bil. It takes a village for å ha et trygt samfunn.

God sommer og trygg ferdsel i trafikken ønskes alle!

Berna Marie Sommerseth  
Folkehelsekoordinator

